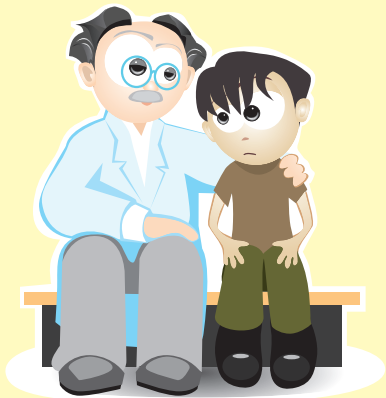


Серия: Просто о сложном

Учимся жить с ВИЧ



Как пережить положительный результат?



Диагноз «ВИЧ» часто воспринимается почти как смертный приговор. Человек может переживать очень тяжелые эмоции, когда ему сообщают, что у него обнаружена ВИЧ-инфекция (положительный результат теста).

Это нормальная реакция на чрезвычайные обстоятельства, со временем она пройдет. Тебе понадобится время, чтобы привыкнуть к диагнозу ВИЧ и успокоиться. И в этом большую роль могут сыграть близкие люди, которые могут выслушать и поддержать.

Принятие своего диагноза требует времени и определенных усилий, но когда оно наступает, человек чувствует себя успокоившимся и готовым к новым обстоятельствам своей жизни.



Нужно ли рассказывать всем, что у тебя ВИЧ?



Не спеши рассказывать о ВИЧ другим людям. Не все окружающие тебя люди, узнав о диагнозе ВИЧ, смогут оказать тебе поддержку и сочувствие.

В то же самое время, если есть люди, которых ты можешь заразить, например, половые партнеры. Им нужно рассказать о своей болезни.

Сколько может прожить человек с ВИЧ?

Раньше, когда не было лечения от ВИЧ, в среднем человек мог прожить 8-10 лет.

В настоящее время бесплатное лечение от ВИЧ доступно всем гражданам России. В случае своевременного обращения за медицинской помощью и соблюдения режима лечения от ВИЧ, человек может прожить очень долго и иметь нормальную жизнь, семью и детей.



Как протекает болезнь?



Когда человек заражается ВИЧ, говорят, что он стал ВИЧ-инфицированным или ВИЧ-положительным.

Это не означает, что человек болен СПИДом. ВИЧ-инфекция проходит 3 стадии в своем развитии.

Сразу после заражения ВИЧ-инфекцией у человека могут проявиться некоторые симптомы, похожие на простуду — небольшая температура, лихорадка, увеличение лимфатических узлов. Это острая фаза ВИЧ инфекции, и она бывает не у всех.

Затем в течение долгих лет болезнь развивается скрытно, человек ничего не чувствует. В это время ВИЧ постепенно разрушает защитные силы организма (иммунную систему). Вирус уничтожает специальные клетки крови, которые обычно борются с разными микробами и болезнями.



Когда иммунная система оказывается разрушенной (защитных клеток становится очень мало), и человек начинает часто и тяжело болеть разными болезнями, говорят, что у него СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита. Это последняя стадия развития ВИЧ-инфекции, которая начинается через 3-8 лет после момента заражения.

Что такое «оппортунистические болезни»?



Это инфекционные болезни, которыми люди с хорошим иммунитетом болеют очень редко. Но когда у человека защитная система разрушена ВИЧ, в его организм легко проникают всевозможные микробы и редкие болезни.

Оппортунистические инфекции могут поражать различные органы — кожу, легкие, желудок, мозг и т.д. Именно на стадии, когда у человека возникают различные оппортунистические болезни, врачи начинают говорить о возникновении СПИДа. Это означает, что необходимо начинать лечение.

От чего зависит скорость развития болезни?

Развитие ВИЧ и СПИДа у каждого человека протекает по-разному. По данным исследований пол не влияет на развитие болезни, а вот возраст, в котором произошло заражение, имеет значение: у пожилых и младенцев ВИЧ развивается быстрее, медленнее всего ВИЧ развивается у подростков. По мнению врачей, беременность не влияет на развитие ВИЧ.

Большое значение имеет общее состояние здоровья и иммунной системы.

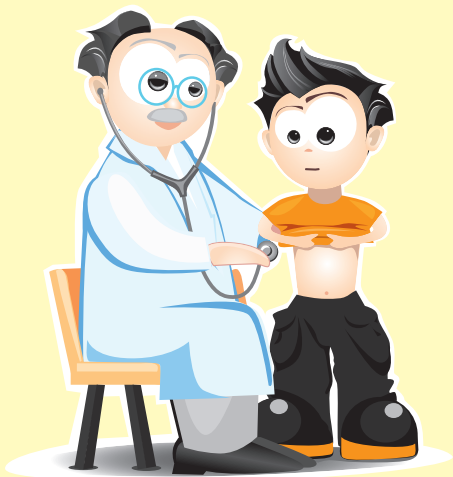


Хорошее разнообразное питание, полноценный отдых и сон способствуют сохранению здоровья (иммунного статуса) ВИЧ-инфицированных.



Рискованный образ жизни (употребление наркотиков, алкоголя и т.п.) и стрессовые события, напротив, приводят к более быстрому развитию ВИЧ и наступлению СПИДа.

Зачем человеку с ВИЧ надо регулярно ходить к врачу в центр СПИДа?



Регулярно посещать врача и проходить обследование человеку с ВИЧ очень важно. В начале болезни визиты назначаются каждые полгода.

В ходе таких визитов проводится оценка состояния больного, а также сдаются анализы крови. Самые главные — на количество специальных клеток, которые борются с болезнями (CD4 — СиДи4) и количество вируса в крови (вирусную нагрузку).

Очень важно не пропускать визиты к врачу, чтобы вовремя начать лечение от ВИЧ.

Можно ли вылечиться от ВИЧ?

Полностью излечиться от ВИЧ пока нельзя. Но в мире и у нас в стране существуют лекарства, которые позволяют бороться с ВИЧ и замедлять его развитие.

Когда появилось такое лечение, во многих странах к ВИЧ стали относиться как к хронической болезни, например, как к сахарному диабету, который требует пожизненного лечения.

По закону, лечение от ВИЧ бесплатно и доступно всем гражданам России.



Что означает лечение от ВИЧ?



Не стоит думать, что как только человек заразился, ему надо начинать лечение от ВИЧ. Лечение назначается тогда, когда защитная система человека не справляется с вирусом. Лекарства позволяют возвращать к жизни больных даже с очень тяжелыми формами СПИДа.

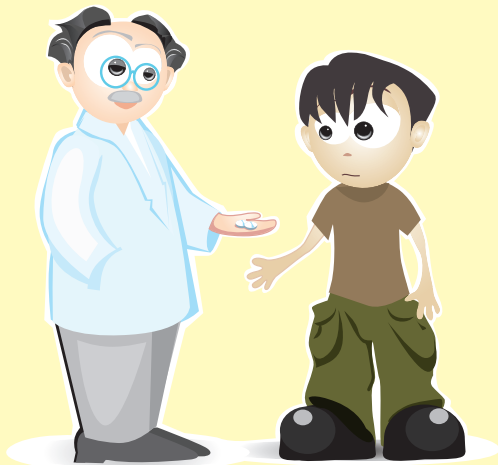
Решение о начале лечения — это серьезный этап, так как лечение от ВИЧ имеет ряд сложностей. Для того, чтобы добиться успеха, необходимо очень строго соблюдать часы приема таблеток, например, нельзя делать перерывы в лечении, даже на 1-2 дня, — во время перерыва вирус может «привыкнуть» к лекарству, и оно перестанет на него действовать.

Прием противовирусных лекарств у многих людей, особенно в первый месяц лечения, вызывает побочные эффекты — тошноту, понос, недомогание. Через некоторое время это проходит. Поэтому, если ты решил начать лечение от ВИЧ, тебе нужно серьезно настроиться на изменение привычного образа жизни.



Для того чтобы начать лечение от ВИЧ, всем пациентам необходимо пройти обследование в поликлинике или в Центре СПИДа.

Лекарства от ВИЧ пациенты также получают в Центре СПИДа, обычно один раз в месяц.



Какие проблемы со здоровьем могут быть у человека с ВИЧ?

Во-первых, человек с ВИЧ гораздо легче может заразиться любыми болезнями: простудными, кожными, венерическими. Во-вторых, эти болезни у человека с ВИЧ инфекцией длятся дольше и вылечиваются сложнее, чем у человека без ВИЧ.

Особенно опасен туберкулез. Туберкулезом заразиться легче, если человек плохо питается, мало спит и часто находится в сыром помещении. Поэтому человеку с ВИЧ очень важно следить за своим здоровьем.

Любая болезнь, если ее не лечить, может привести к более быстрому развитию ВИЧ. Если тебя беспокоит кашель (сухой или с мокротой), температура, потеря веса, потливость, плохой аппетит, понос, необычные выделения из половых органов и т.д., надо срочно обращаться к врачу, чтобы пройти обследование и как можно раньше получить лечение.



Может ли человек с ВИЧ иметь детей и семью?



Даже если человек болен ВИЧ, он все равно может иметь семью и детей. Решение о создании семьи или рождении ребенка должно быть обдуманым. Важно быть осторожным, чтобы не заразить своего партнера и будущего ребенка.

По статистике, даже без лечения ВИЧ передается от матери к ребенку в 1 случае из 3-х. К счастью, находясь в утробе матери, ребенок защищен от вируса. Чаще всего ребенок заражается во время родов или при кормлении грудью. Риск заражения выше, когда у матери в крови очень много вируса (например, женщина находится в стадии СПИДа и не получает лечения), а также при наличии различных инфекционных заболеваний (например, ИППП).

Для того чтобы у ВИЧ-инфицированной женщины родился здоровый ребенок, она должна получать специальные лекарства во время беременности. Эти лекарства бесплатно выдаются в центре СПИДа. Лечение позволяет уменьшить риск заражения ребенка приблизительно в 10 раз.



Даже если ребенок родился здоровым, он может заразиться ВИЧ через грудное молоко матери. Поэтому ВИЧ-положительным женщинам нужно кормить детей специальными смесями, которые можно бесплатно получать в центре СПИДа.

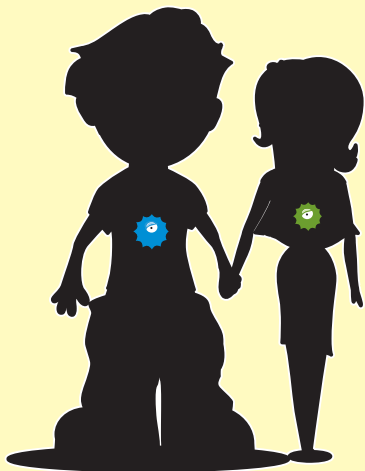


Что делать, чтобы не передавать ВИЧ другим людям?

ВИЧ живет только в жидкостях человека: крови, сперме, влагалищных выделениях и грудном молоке. Использование презерватива при каждом половом контакте — пока единственный способ надежно позаботиться о себе и своем партнере для тех людей, кто уже начал сексуальные отношения.



Зачем предохраняться, если оба партнера заражены ВИЧ?



Защищенный секс важен не только для пар, в которых один заражен, а второй — нет, но и для пар, где оба партнера имеют ВИЧ. Если он и она ВИЧ-инфицированы и занимаются сексом без презерватива, это приводит к более быстрому развитию болезни у обоих партнеров.

Дело в том, что ВИЧ — это вирус, который способен сильно меняться. В организме каждого человека вирус приобретает свои особенности и опасные качества. Поэтому он и она могут передавать друг другу свои разновидности ВИЧ, если не пользуются презервативом.

Что можно сделать ВИЧ-инфицированному человеку, чтобы дольше сохранить свое здоровье?

Главное — стараться делать все, что помогает сохранить иммунную систему организма:

— позаботиться о более комфортном жилье (избегать сырых подвалов и т.п.);



— постараться питаться полноценно (есть мясо, овощи, фрукты, сладости);



— желательно пить только кипяченую или питьевую воду из бутылок (в некипяченой воде содержится огромное количество бактерий, которые опасны для ВИЧ-инфицированных);



— стараться не простужаться и не переохлаждаться (обычная простуда у ВИЧ-положительного человека может протекать тяжело и долго);



— снизить или прекратить курение и употребление алкоголя и наркотиков (алкоголь, наркотики и табак могут способствовать развитию различных инфекций, а также ухудшать лечение от ВИЧ);



— высыпаться;



— следить за своим здоровьем, в случае любых заболеваний стараться обращаться к врачу и лечиться (наличие болезней, таких как инфекции, передающиеся половым путем, или туберкулез, может ускорять развитие СПИДа).



Какие существуют права и обязанности у ВИЧ инфицированных людей?



Самые главные права, о которых важно знать:

Равенство прав, свобод и обязанностей. Если у человека ВИЧ — это не означает, что он или она стали преступниками. Человек с ВИЧ имеет те же права, свободы и обязанности, что и другие граждане страны.

Врачебная тайна. Обращение за медицинской помощью, состояние здоровья, диагноз или иные сведения о пациенте составляют врачебную тайну и не могут разглашаться без письменного согласия пациента.

Бесплатное лечение от ВИЧ. Все граждане России имеют право на бесплатное обследование и лечение. Вся помощь оказывается на базе Центров СПИДа.

Права ВИЧ-инфицированных при оказании им иной медицинской помощи. ВИЧ-инфицированным оказываются на общих основаниях все виды медицинской помощи, при этом они пользуются всеми правами граждан России.

Запрет на ограничение прав ВИЧ-инфицированных. Не допускаются увольнение с работы, отказ в приеме на работу или учебу (за исключением некоторых медицинских специальностей), отказ в медицинской помощи людям на основании наличия у них ВИЧ инфекции.

Социальная поддержка ВИЧ-инфицированных несовершеннолетних. ВИЧ-инфицированным в возрасте до 18 лет назначаются социальная пенсия, пособие, и предоставляются меры социальной поддержки, установленные для детей-инвалидов законодательством РФ, а лицам, осуществляющим уход за ВИЧ-инфицированными несовершеннолетними, выплачивается пособие по уходу за ребенком.

Последствия выявления ВИЧ-инфекции. Граждане России в случае выявления у них ВИЧ не могут быть донорами крови, биологических жидкостей, органов и тканей.

Существует ли уголовная ответственность за заражение ВИЧ?



Уголовное наказание может быть назначено: если ВИЧ-инфицированный знал о своей болезни и сознательно заразил своего полового партнера (до 5 лет тюрьмы), или знал, но не рассказал своему пратнеру, то есть поставил его под угрозу заражения ВИЧ (до 1 года).

Если другой человек был своевременно предупрежден о наличии ВИЧ и добровольно согласился на контакт, в этом случае, ВИЧ-инфицированный освобождается от уголовной ответственности.

Где мне могут помочь?

В нашем городе есть люди и различные организации, которые помогают тем, кто столкнулся с ВИЧ.

Есть возможность посоветоваться с врачами, пройти обследование (в том числе, не называя своего имени), получить направление на лечение, получить поддержку от психологов и социальных работников, которые могут помочь найти жилье, работу, оформить документы и т.п.

Долгосрочное лечение от ВИЧ осуществляется в нашей стране только на базе **Государственных** центров СПИДа, поэтому каждый ВИЧ-инфицированный должен встать на учет в центре СПИДа в том городе, где он живет.

Вот адреса различных организаций в Петербурге, где тебе могут помочь:

Городской центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями

Наб. Обводного канала, д. 179, метро «Балтийская»

Регистратура: 575-44-81

Анонимный кабинет: 575-44-05

Режим работы центра: с 9:00 до 20:00 кроме субботы, воскресенья

Городская инфекционная больница им. Боткина

Ул. Миргородская, д. 3, метро «пл. Александра Невского»

Поликлиника при больнице: 717-56-71

Анонимный кабинет: 717-89-77

(тестирование на ВИЧ и консультирование)

Консультативный кабинет по социальной помощи людям, живущим с ВИЧ

Ул. Республиканская, д. 8, метро «Новочеркасская»

Детско-подростковый кризисный центр, каб. №9

Телефон доверия: 528-21-64

Режим работы: пн.-суб. с 10:00 до 20:00

Социальный работник: 528-21-29

Общественные организации:

«Общество ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом»

Межрегиональная общественная организация, оказывает социальную (питание, одежда) и психологическую помощь людям, живущим с ВИЧ, и их близким. Есть группа самопомощи «Надежда». Служба знакомств. Юридическая помощь по любым вопросам.

Ул. Миргородская, д. 3, корп. 2, 4 эт., офис 34

Телефоны: 717-70-98, 912-78-98

Время работы: пн.- пт. с 10:00 до 16:00

«Гуманитарное действие»

Санкт-Петербургский общественный благотворительный фонд медико-социальных программ. Содействие в получении комплексной медицинской, психологической и социальной помощи людям, живущим с ВИЧ, беспризорным и безнадзорным детям и подросткам, а также лицам, употребляющим наркотики и вовлеченным в проституцию.

Телефоны: 237-14-95, 237-18-21

РБОО «Имена+»

Оказывает помощь бывшим заключенным, наркозависимым, молодым мамам: группы поддержки. Татьяна Бакулина — руководитель группы ответит на ваши вопросы.

Телефоны: 8 (911) 228-83-92, 524-42-90

РОО «Самоорганизация людей живущих с ВИЧ Благотворительный фонд Свеча»

Группы поддержки для людей, живущих с ВИЧ, психологическое консультирование по принципу «равный — равному», юридическая и социальная поддержка.

Тел. 230-92-00

«Возвращение»

Помощь наркозависимым, ВИЧ-инфицированным и их родственникам — реабилитация, лечение, консультирование, группы поддержки.

Тел. 325-44-35, 233-53-17

«Дом надежды на горе»

Реабилитационный центр для людей с алкогольной зависимостью.

Тел. 749-38-75

«Каритас СПб»

Католическая благотворительная организация. Работает группа взаимопомощи «Сретение» для ВИЧ-положительных женщин с детьми. Встречи в 1 и 3 пятницу каждого месяца в 18:00 в церкви Св. Екатерины на Невском пр., между ст. метро «канал Грибоедова» и «Невский пр.».

Евгения Аркадьевна Харьковская — руководитель группы.

Тел. 8 (911) 984-34-48

*Если у тебя есть еще вопросы, нужна помощь или сопровождение на обследование, ты можешь позвонить нам по телефону или просто прийти к нам в **Центры помощи для детей и подростков организации «Врачи детям»**, которые находятся по адресам:*

1. Ул. Тамбовская, д. 80 (ст. метро «Лиговский проспект»)

тел. 954-43-22

2. Ул. Шелгунова, д. 17 (ст. метро «Ломоносовская»)

тел. 956-21-50

Мы работаем ежедневно с 13.00 до 20.00



Благодарим за поддержку наших партнеров:
Комитет по труду и социальной защите Администрации Санкт-Петербурга
Фонд Форда

